L'illuminato primordiale,
puro sin dal principio
e auto-originato,
nonché tutta la realtà
del soggetto e dell'oggetto,
sono la propria coscienza,
nient'altro essi sono.
Perciò considerate tutto quanto
come lo stesso auto-originato.

Così recita il Tantra dell'unico punto, antico insegnamento della spiritualità tibetana bönpo, messo per iscritto nel sec. VIII. Applicando i precetti essenziali di questa tradizione, molti adepti hanno realizzato il pieno risveglio alla propria vera natura originaria e l'immortalità del "corpo di arcobaleno", proprio come Shenrab Miwoce, l'Illuminato Gigante chiamato "Ram" nell'antica lingua del lignaggio Mu.

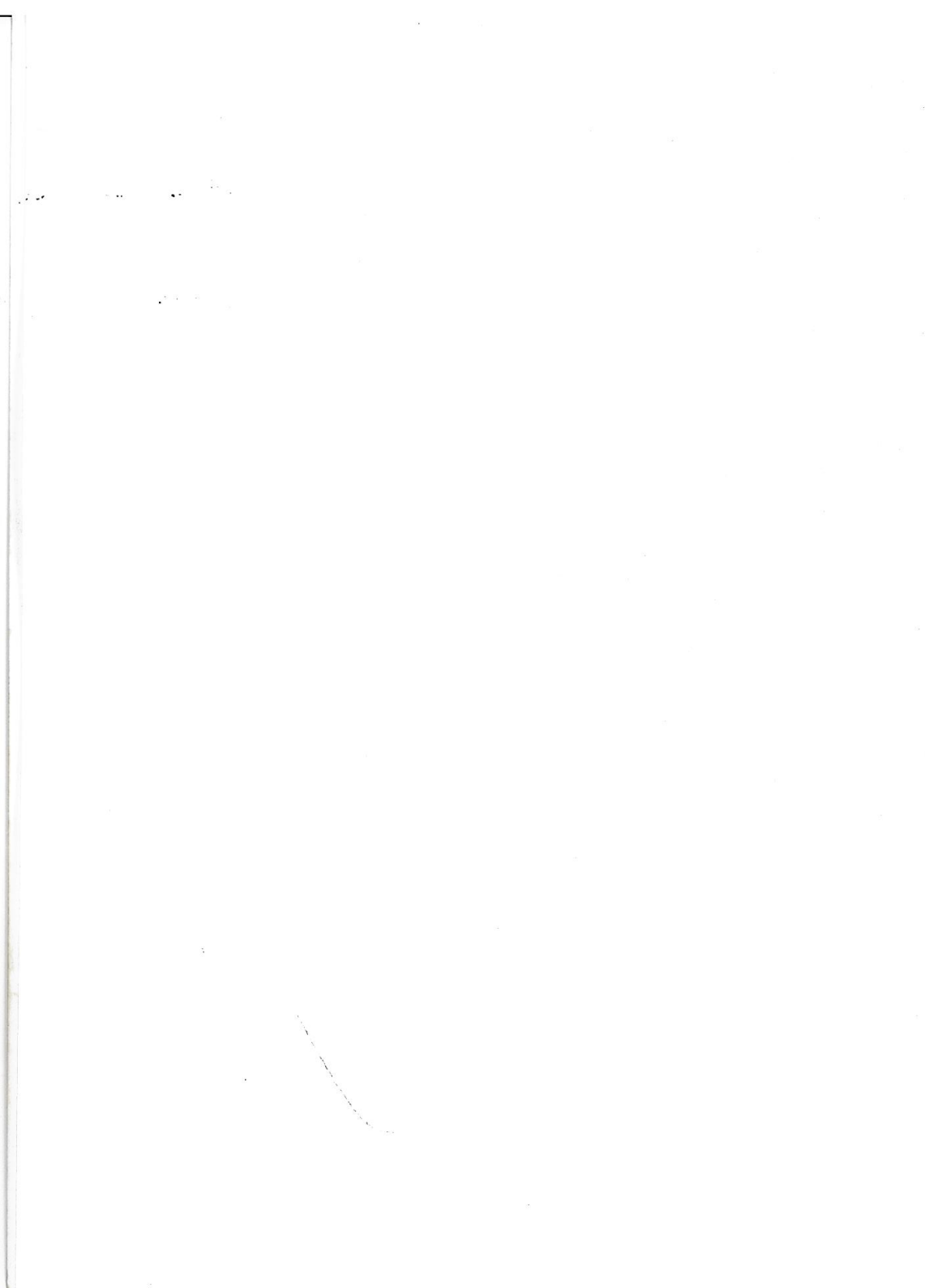
ISBN 88-85142-48-6
9 788885 142480

LODRÖ GYATSO

IL TANTRA DELL'UNICO PUNTO

A CURA DI GIUSEPPE BAROETTO

IL TANTRA DELL'UNICO PUNTO

LODRÖ GYATSO

Lodrö Gyatso

IL TANTRA DELL'UNICO PUNTO

a cura di Giuseppe Baroetto

LIBRERIA EDITRICE PSICHE

INDICE

PREMESSA

Il maestro tibetano Lodrö Gyatso nel 1991 mi trasmise un commento a "La collana delle visioni", un testo di Padmasambhava (sec. VIII d.C.)[1].

L'insegnamento del Lama, pur essendo radicato nella tradizione buddhista tibetana, era alquanto innovativo, soprattutto per un'inconsueta apertura verso tradizioni non buddhiste.

Ciò che più mi colpì fu l'identificazione di Shenrab Miwoce[2], il buddha della tradizione indigena bönpo, con figure sacre di altre religioni, come l'antico *deva* guerriero Indra.

Io avevo ricevuto alcuni insegnamenti del bön dal maestro tibetano Tenzin Namdak e dal suo allievo Tenzin Wangyal[3], tuttavia non mi era mai accaduto di sentire nulla di simile alle affermazioni di Lodrö Gyatso. Quando gli chiesi ulteriori spiegazioni il Lama m'invitò ad ascoltare le rivelazioni

del "Tantra dell'unico punto".

Conoscevo già gli insegnamenti di questo Tantra rivelati da Tapihritsa, un grande maestro che visse probabilmente a cavallo dei sec. VII-VIII.

Il discepolo principale di Tapihritsa fu Cerpung Nangsher Löpo, importante figura religiosa presso la corte di Ligmikya, ultimo re dello Shang-shung, corrispondente all'attuale Tibet occidentale.

A questo discepolo Tapihritsa trasmise varie istruzioni di *dzogchen*[4], attualmente pubblicate in una raccolta intitolata "La grande completezza secondo la tradizione orale dello Shang-shung". L'opera contiene anche i versi fondamentali de "Il Tantra dell'unico punto"[5].

La trasmissione dell'insegnamento di Lodrö Gyatso qui pubblicato non deriva soltanto dalle fonti tradizionali bönpo, bensì anche da incontri, sogni e visioni la cui narrazione costituisce la trama di questo libro.

IL TANTRA
DELL'UNICO PUNTO

rDzogs pa chen po byang sems
thig le nyag gcig
rgyud thams cad kyi rgyal po

Prologo

Devi sapere che da giovane fui monaco dell'ordine *gheluk*[6]. Nel monastero avevo avuto la possibilità di studiare le principali dottrine buddhiste della mia tradizione, sia comuni che esoteriche.

Inoltre, terminate le discipline preliminari della via tantrica, avevo ricevuto l'iniziazione della divinità Cakrasaṁvara.

Il maestro Lodrö Senghe, subito dopo avermi conferito l'iniziazione, mi consigliò di compiere un pellegrinaggio al monte Tise (Kailash), luogo sacro di Cakrasaṁvara.

Però prima avrei dovuto recarmi presso il lago Mapham (Manasarovar), individuare un punto della riva segnato dallo *svastika*[7] e lì compiere l'abluzione di purificazione e il rito di offerta dedicato

alla Madre Suprema, la nobile “Liberatrice”[8].

Fui felice di quella novità, giacché la mia vita fino allora era sta piuttosto sedentaria, inoltre credevo che il lungo e faticoso pellegrinaggio fosse un’occasione di grande risveglio spirituale, in cui speravo con tutto il mio essere.

Al lago Mapham

Quando finalmente raggiunsi il magnifico, immenso lago sacro, gli girai intorno finché non trovai il segno indicatomi dal maestro, quindi applicai le sue istruzioni.

Quella notte feci un sogno importante. Vidi che dal lago scaturiva un bellissimo, enorme fiore di loto bianco.

Il fiore sbocciò e dal suo interno apparve una stella bianca. Essa aumentò di dimensione fino a trasformarsi in un’entità umana femminile vestita di arcobaleno.

Era seduta con due oggetti nelle mani: la sinistra reggeva un vaso di prosperità; la destra teneva una freccia di longevità piantata nel vaso. L’essere divino parlò così:

«Io sono colei che tu chiami “Liberatrice”. Altri mi conoscono con nomi diversi. Ora mi manifesto

come la Regina dell'Arcobaleno.

«Sono qui per indicarti la chiave della grande sintesi, al di là delle frontiere erette dalla mente dualistica».

A questo punto nel suo petto apparve una stella bianca. Lei estrasse la freccia, la roteò in senso orario e la stella diffuse ovunque raggi multicolori. Poi Tārā disse questo:

«I tre gioielli[9], tutti i mondi e gli esseri sono manifestazioni dell'energia della coscienza».

Successivamente roteò la freccia in senso antiorario e i raggi ritornarono in lei che riprese a parlare:

«Non discriminare più tra chi sta fuori e chi dentro il recinto della religione[10].

«Unisci ciò che il demone del dualismo ha diviso.

«Ogni cosa ha la natura dell'unico punto».

Ciò detto Tārā piantò la freccia nel vaso. Poco dopo la sua forma e il fiore di loto svanirono nella luce bianca della stella che discese su di me e penetrò nel mio petto. Proprio in quel momento mi risvegliai.

Il mio sentire interiore era cambiato, come se nel mio cuore si fosse aperto uno spazio di profonda quiete, illuminata da un senso di gioiosa comunione con tutta la realtà.

Raggiunsi la riva del lago e ringraziai Tārā per

l'iniziazione che mi aveva conferito in sogno, quindi rimasi seduto in silenzio fino all'alba; e quando i primi raggi del sole baciarono il dolce lago, m'incamminai verso il monte Tise.

Il passaggio della recisione

Arrivato nei pressi del sacro monte, iniziai il giro rituale in senso orario, com'è consuetudine per i buddhisti, finché raggiunsi il luogo chiamato Shiwai Tsel. Lì notai una giovane monaca, stranamente vestita da nomade, intenta a praticare il rito della "recisione"[11].

La sua pratica era particolare, un po' diversa da quella consueta, ma la melodia era incantevole e le parole profonde.

A un certo punto credetti che avesse terminato il rito. Lei si avvicinò a me e, con molta gentilezza, mi offrì un po' di cibo. Siccome avevo finito la mia scorta, lo accettai con gratitudine, come un dono dei *deva*.

Mentre mangiavo in compagnia della monaca venni a sapere che conosceva bene il mio maestro; così pensai di chiederle alcune spiegazioni sulla sua pratica, ma non osai. Quando terminammo il pasto lei disse:

«Prima di andartene dovresti fare un'offerta. Lascia i tuoi indumenti e, se vuoi, prendi i miei».

La proposta non mi piacque affatto, però non replicai. Allora lei riprese a parlare:

«Questo è il luogo intermedio della morte. Questo è il momento del grande abbandono di sé.

«Se non sei disposto a dare via ogni cosa, come puoi ascendere al passo della completa liberazione?

«Quando viene meno la fissazione dell'io e del mio, chi indossa gli abiti da monaco e dov'è il suo monastero?

«Se lasci un pezzo dei tuoi possessi e conservi con tenacia il resto, è come se staccassi un ramo, ma l'albero della mente dualistica va tagliato di netto alla base: questa è la vera recisione!»

Io ero confuso e imbarazzato. In fondo lei aveva parlato bene, con profondità di pensiero; tuttavia non me la sentivo proprio di accettare lo scambio di abiti, d'altronde non ne comprendevo la ragione.

Così decisi di lasciare sul luogo un piccolo pezzo di stoffa; poi offrii alla monaca il poco tè che mi era rimasto e proseguii da solo.

L'anziana pellegrina bönpo

Giunto al passo di Drölma mi accadde d'in-

contrare una vecchia che stava compiendo il giro in senso antiorario. Ci incrociammo nei pressi della roccia sacra sulla quale spiccavano segni e *mantra* sia buddhisti che bönpo.

La pellegrina era una seguace del bön, la religione indigena a cui io, come molti altri tibetani, non davo nessuna importanza; anzi, ero propenso a considerarla un'antica, nefanda stregoneria che, per sopravvivere, si era camuffata assumendo termini, simboli e costumi buddhisti.

Tale era il mio atteggiamento quando vidi l'anziana bönpo prostrarsi di fronte alla roccia di Drölma. Io le passai oltre recitando il *mantra* della mia divinità ma, poco dopo, mi sentii chiamare col mio nome.

«Che strano», pensai, «chi mi chiama? In questo luogo non c'è nessuno che io conosca».

Udii di nuovo quella voce chiamarmi altre due volte. Mi voltai e vidi la vecchia bönpo che stava terminando una prostrazione proprio ai miei piedi.

Feci un salto indietro. Lei si alzò, assunse il gesto della completa illuminazione[12], mi sorrise dolcemente, quindi disse queste parole:

«C'è chi apre il sacro cerchio della manifestazione divina e chi lo chiude.

«Chi sa conciliare espansione e riunione, creazione e compimento, metodo e conoscenza nella nuda consapevolezza della grande completezza è

un maestro che risplende in alto dimorando in basso.

«Quando varcherai le illusorie barriere che la mente dualistica ha eretto tra il conosciuto e lo sconosciuto, il tuo intelletto si aprirà come l'oceano.

«Allora realizzerai la vera natura del Dio senza confini e risplenderai, glorioso Cakrasaṁvara, sulla cima del monte Svastika».

Detto questo la donna incrociò le braccia sul petto e se ne andò, scomparendo dietro la roccia.

Sconcertato, rimasi un momento immobile, poi m'incamminai alla sua ricerca, ma di lei non trovai più nessuna traccia.

Me ne stetti lì a riflettere, solo con la mia esperienza. Era reale ciò che avevo visto e udito? Non potevo dubitarne.

Le sue parole risuonavano dentro di me. Certamente non era un essere ordinario. Ma cosa aveva voluto comunicarmi?

Io praticavo sia il processo della creazione[13] sia quello del compimento[14]; riguardo alla fase della grande completezza non avevo ricevuto nessun insegnamento, tuttavia pensavo che corrispondesse alla dottrina del "grande sigillo"[15].

Continuai il pellegrinaggio riflettendo su quanto mi era stato comunicato in sogno e al passo di Drölma. Giunsi alla conclusione che la vecchia bönpo era senza dubbio un'emanazione divina.

Così, terminato il primo giro, decisi con coraggio di ripercorrere il circuito intorno al Tise nel senso antiorario seguito dai bönpo.

Il ritorno a Shiwai Tsel

Varcato il passo di Drölma, scesi verso Shiwai Tsel. Quando arrivai sul posto, ritrovai la monaca intenta a praticare il rito della "recisione", ma questa volta era a petto nudo, con indosso i soliti abiti da nomade.

Immediatamente mi domandai che cosa avrebbe pensato di me se mi avesse riconosciuto, e quali sarebbero state le conseguenze.

Feci finta di nulla e procedetti a capo chino, finché la sentii cantare ad alta voce:

«Ehilà! venerabile monaco, dove stai andando?

«Hai deciso di offrire le tue preziose vesti?

«Su su, mostrami il tuo *vajra* segreto![16]»

Così non potei far altro che guardarla in faccia. Lei assunse il gesto della completa illuminazione e, fissandomi negli occhi, cantò queste parole:

«Fratello, non mi riconosci? Vuoi che manifesti la testa da cinghiale[17]? La mia vera natura è come una stella del cielo sconfinato: *Oṁ*.

«Non vergognarti della verità che rende liberi.

Vergognati delle tue limitatezze e trasforma la vergogna nel pudore dell'umiltà: *Hrīḥ*.

«Giovinezza e vecchiaia, maschile e femminile, bene e male, gioia e dolore, io e altro: *Ha Hā*.

«Il grande sé non va a destra né a sinistra, non procede avanti né indietro, non entra né esce: *Huṁ Hūṁ*.

«Il sacro monte Svastika rimane fermo al centro, eppure ogni cosa continua ad apparire e a dissolversi: vuoti riflessi nello specchio dell'unica coscienza».

Dicendo queste ultime parole, lei incrociò le braccia sul petto, quindi gridò la sillaba *Phaṭ* e nello stesso istante svanì proprio davanti ai miei occhi.

Io ero sbalordito. In quel luogo c'erano altri pellegrini, eppure nessuno di loro l'aveva veduta.

A questo punto mi divenne molto difficile mantenere la concentrazione sulla mia pratica. La profonda quiete dell'iniziazione era svanita. Non sapevo più che cosa fare.

Cercai di raccogliere tutte le mie energie per ritrovare l'autocontrollo, quindi invocai Tārā affinché mi aiutasse a completare il pellegrinaggio.

Dopo un momento di silenzio mi venne in mente di continuare il giro del monte in senso antiorario e fermarmi presso il monastero di Drirapuk per praticare la meditazione di Cakrasaṁvara.

Il maestro Shense Jaö

Terminato il ritiro mi accinsi a ripartire. Proprio in quel momento vidi arrivare a Drirapuk un anziano pellegrino, evidentemente bönpo, dal momento che seguiva il circuito antiorario.

Mi rivolse un saluto in silenzio e mi offrì del cibo. Mangiò con me, sempre senza parlare; poi mi salutò come prima e riprese il suo cammino.

Siccome quel vecchio mi aveva colpito per la luminosità dello sguardo e la quiete che emanava, decisi di seguirlo.

Finalmente, tre giorni dopo, arrivati di nuovo a Drirapuk, lo strano pellegrino parlò. Si presentò come Shense Jaö, discepolo di Yungdrung Öser.

Non avevo più dubbi che fosse un maestro bönpo; così gli chiesi se avesse un insegnamento da trasmettermi.

Rispose che conosceva soltanto un Tantra essenziale della "grande completezza secondo l'antica tradizione dello Shang-shung". Replicai che sarei stato felice di riceverlo, se ne fossi stato degno.

«Ora ne sei degno,» disse Shense Jaö guardandomi fisso negli occhi, «anche se non riuscirai subito a comprenderne davvero il senso profondo.

«Ma, prima che la pianta possa crescere, fiorire e portare frutto, occorre che il suo seme cada nel

terreno adatto. Questo è il momento di seminare il "Tantra dell'unico punto" nel tuo fertile cuore».

Subito dopo Shense Jaö iniziò a narrare l'origine della trasmissione del Tantra, così come l'aveva ricevuta. In seguito continuò a versare nella mia mente stupefatta varie istruzioni, quelle che sto per comunicarti.

Ricorda però che l'intera trasmissione durò alcuni mesi, perché ogni fase era intervallata da lunghi periodi di silenzio, durante i quali applicavo ciò che avevo appreso.

Tu non avere fretta e lascia che il suo insegnamento penetri dolcemente nel tuo cuore, con calma, come gocce preziose di vera ambrosia. Queste sono le parole di Shense Jaö.

Le tre vie della liberazione

Saluto il Dio dell'autoliberazione, consapevolezza del proprio stato naturale.

L'insegnamento del "Tantra dell'unico punto" è una rivelazione essenziale della via della liberazione spontanea.

Secondo la tradizione del mio maestro, tre sono le vie principali che gli esseri umani seguono per realizzare la liberazione dello spirito.

Tu sei monaco, perciò hai fatto voto di osservare varie regole morali. Esse caratterizzano la "via della rinuncia", basata sull'abbandono del male e sull'acquisizione del bene.

Qui i vizi delle emozioni sono veleni, sostanza della trasmigrazione da abbandonare; invece le virtù sono medicine, sostanza della liberazione da acquisire.

Questa è la prima via attraverso la quale occorre passare, per la purificazione e l'elevazione della nostra coscienza.

Ma tu sei anche stato iniziato alla superiore tradizione esoterica del Tantra Cakrasaṁvara.

Grazie ai due processi della creazione e del compimento, hai appreso il principio della trasformazione di tutta l'esistenza, mondi ed esseri, nel cerchio sacro e nelle divinità, manifestazioni della vera natura della tua coscienza.

Secondo questa via i veleni delle emozioni non vanno rifiutati ma trasformati, imparando a estrarre da essi i loro stessi antidoti.

Così ora sai che la sostanza della trasmigrazione e della liberazione è una sola, come l'oro presente ugualmente sia negli ornamenti di un tiranno, sia nella statua di un buddha.

Adesso sei pronto per un ulteriore passaggio: l'iniziazione alla via dell'autoliberazione, cuore degli insegnamenti più elevati di tutti gli esseri illuminati.

Nel "Tantra dell'unico punto" essa è chiamata "grande completezza", perché è il compimento naturale della realizzazione e la sintesi essenziale della saggezza universale, al di là di qualsiasi limite.

Quando segui la via dell'autoliberazione non hai nulla da abbandonare e acquisire, niente da trasformare.

Senza sforzo né ricerca alcuna, rilassandoti nel tuo stato d'essere naturale, semplicemente lasci che l'energia della tua coscienza si manifesti così com'è.

Se hai la capacità di rimanere nello stato di nuda consapevolezza, libera da giudizi, i diversi pensieri, le immagini, le emozioni sorgono e si dissolvono in modo naturale, come le onde che hai contemplato sul limpido lago Mapham.

Qui non ti sforzi di modificare alcunché. Non c'è nulla da fare: niente da cambiare, correggere o trasformare.

Così l'energia della tua coscienza si manifesta spontaneamente, senza però lasciare tracce dietro di sé, come quella stupenda aquila che vola sovrana nel cielo libero da confini.

Il canto del grande sé

L'immortale Sangye Kunsang, maestro di Yung-

drung Öser, era un insegnante davvero singolare.

Egli rimaneva sempre in silenzio e, semplicemente, osservava ciò che accadeva intorno a sé, senza discostarsi per un attimo dallo stato d'essere inalterato e libero dallo sforzo.

Un bel giorno Yungdrung Öser si recò in pellegrinaggio presso il monte Svastika, dove ritrovò alcuni vecchi compagni di gioco.

Da giovani erano stati grandi amici, poi decisero di viaggiare separatamente alla ricerca di un maestro personale, e si persero di vista.

Prima di andarsene ognuno per la propria strada, stabilirono di ritrovarsi, alcuni anni dopo, presso il versante settentrionale del sacro monte.

Giunse il momento dell'appuntamento e, finalmente, i compagni di un tempo s'incontrarono nel luogo stabilito, però non riuscirono subito a riconoscersi. Soltanto il mio maestro sapeva, ma non disse nulla.

Gli altri, quando infine si riconobbero, scoprirono d'essere diventati seguaci di dottrine molto differenti. Siccome ciascuno sosteneva la superiorità del proprio insegnamento, tra loro scoppiò una controversia.

Essi adducevano varie ragioni, tutte molto logiche e profonde ma contrastanti. Di conseguenza nessuno riuscì a vincere la disputa.

La discussione si protrasse a lungo, fin quando

non decisero di rivolgersi a Yungdrung Öser che era rimasto a osservare in silenzio. I disputanti gli chiesero di definire la sua posizione, ma lui imperterrito non rispose nulla.

Alcuni interpretarono il suo silenzio come una dimostrazione di superbia; altri lo accusarono di aver trascorso tutti quegli anni senza avere imparato nulla.

Yungdrung Öser, mosso dalla compassione, invocò Sangye Kunsang affinché rivelasse la consapevolezza della propria coscienza[18]. Poi, dal cuore del mio maestro, emerse il canto del grande sé[19]:

L'illuminato primordiale,
puro sin dal principio
e auto-originato,
nonché tutta la realtà
del soggetto e dell'oggetto,
sono la propria coscienza,
nient'altro essi sono.
Perciò considerate tutto quanto
come lo stesso auto-originato.

Contrasti e obiezioni

Accadde che alcuni dei vecchi amici compre-

sero il significato profondo delle parole del maestro e realizzarono all'istante il sentire della propria vera natura.

Altri, invece, chiusi nelle proprie convinzioni limitate, pensarono che Yungdrung Öser fosse soltanto un povero esaltato.

Così iniziarono a mormorare e, quando le loro voci diffamanti si alzarono come onde di un mare in tempesta, decisero di accantonare la precedente diatriba per concordare un piano d'attacco contro Yungdrung Öser. Raggiunto l'accordo, alcuni si fecero avanti e replicarono in questo modo:

«Se tutta la realtà è per natura l'illuminato primordiale, ne consegue che non dovrebbe esserci nessuna differenza tra la base[20], la via e la meta.

«Eppure noi ora siamo diversi, rispetto a quando partimmo alla ricerca dei maestri.

«Con grandi sforzi abbiamo seguito completamente le vie alle quali siamo stati iniziati, altrimenti non saremmo riusciti a realizzare nulla.

«Se gli esseri illuminati e quelli ordinari fossero davvero la medesima realtà, quale sarebbe lo scopo della vita?

«Prima di tutto è necessario conoscere il modo di vedere dell'insegnamento; poi ci si deve impegnare nella pratica della meditazione; infine occorre agire in modo appropriato.

«Considera l'esempio del fuoco: accenderlo

vuol dire acquisire il giusto modo di vedere; alimentarlo per svilupparlo equivale a praticare la meditazione; utilizzarlo con efficacia significa agire secondo le norme.

«Così come il fumo è la prova che indica la presenza del fuoco, è necessario ottenere i segni della realizzazione.

«Quali sono gli effetti del fuoco? Varie funzioni quali bruciare, illuminare, scaldare e cuocere. Perciò l'effetto dipende dalla causa.

«Dire che ogni cosa è l'illuminato primordiale, equivale ad affermare che non occorre accendere il fuoco per ottenere i suoi effetti.

«Le tue parole non corrispondono alla realtà dei fatti. Ciò che dici è illogico e contraddice l'esperienza dei santi maestri nonché la nostra.

«La corretta visione, meditazione e azione costituiscono la causa, senza la quale nessuno può ottenere l'effetto, ossia la realizzazione della liberazione, pura e perfetta. Se non semini il germe, cosa coltivi e quali frutti raccogli?

«Ora sappiamo perché all'inizio non parlavi: la tua dottrina è inconsistente. Comunque, grazie a te, abbiamo capito che nessuno di noi ha perso tempo, anche se abbiamo seguito vie diverse.

«Abbandona la tua ignoranza, la tua negligenza e la tua incuranza. Scegli una delle nostre vie. Noi saremo felici di aiutarti e tu sarai di nuovo uno dei nostri».

Yungdrung Öser ascoltò in silenzio, senza battere ciglio. Poi, contemplando il nudo corpo blu di Sangye Kunsang, cantò questo insegnamento essenziale dei dodici princìpi[21]:

Lo stato originario
della consapevolezza di sé
è la base universale.
Svincolata dallo sforzo
e senza percorso
è la via per natura completa.
La realtà così com'è
è la meta realizzata spontaneamente.
Non c'è punto di vista
riguardo al senso reale.
Non c'è meditazione
riguardo al senso reale.
Non c'è condotta
riguardo al senso reale.
L'esempio della coscienza
è lo spazio celeste.
La prova della coscienza
è la sua vera natura.
Il significato della coscienza
è la realtà autentica.

Nella sorgente senza nascita
della realtà
dimora il sentire incessante:
non dualità
di nascita e cessazione,
l'unico punto.

Anche questa volta alcuni compresero il vero significato delle parole e conseguirono il risveglio della consapevolezza. Altri, invece, continuarono caparbiamente a sostenere le proprie convinzioni limitate.

Essi discussero a lungo, ma senza giungere a una conclusione comune; perciò decisero di consultare i rispettivi maestri e ritornare nello stesso luogo alcuni anni più tardi.

I dodici commenti

Quando, finalmente, i vecchi amici si ritrovarono presso il monte Svastika, scoprirono, con grande meraviglia, di aver avuto esperienze simili: i loro maestri, dodici in tutto, erano scomparsi misteriosamente, lasciando soltanto dodici pezzi di carta su cui avevano scritto qualcosa in caratteri enigmatici.

Yungdrung Öser ascoltò silenzioso i loro racconti, finché non venne interpellato; allora disse che, in verità, conosceva bene quella scrittura, giacché era la medesima lingua del suo maestro, Sangye Kunsang.

A questo punto tutti i presenti vollero che leggesse il contenuto delle carte, alcuni per metterlo alla prova, altri per curiosità oppure per sincera fiducia.

Yungdrung Öser li invitò ad ascoltare con attenzione, quindi lesse il misterioso contenuto dei fogli: essi erano proprio i commenti dei dodici princìpi[22].

I. *La base*

La vera natura della coscienza è vuota, pura sin dal principio. La vuota natura della coscienza risplende luminosa.

La chiara luce, vuota, pura sin dal principio, diventa il fondamento della trasmigrazione e della liberazione. In essa non c'è divisione fra trasmigrazione e liberazione.

Chi comprende che la vera natura [della coscienza] è priva di un'esistenza separata è l'illuminato originario Bontà Universale[23].

Coloro i quali considerano la coscienza in modo diverso, sperimentando la dualità di soggetto e oggetto, sono gli esseri ordinari che trasmigrano privi della vera conoscenza.

I cinque sentieri[24] e ciascuna delle sei cause[25], i corpi degli esseri realizzati e le loro dimensioni divine, tutto quanto, sia la trasmigrazione che la liberazione, ogni cosa sorge dalla coscienza illuminata.

I cinque veleni delle emozioni[26] sono la mia coscienza. Al di là dell'abbandono dei cinque veleni non esiste neppure il termine "essere illuminato".

Sin dal principio i cinque veleni sono completamente puri; essi sono la sostanza delle cinque saggezze[27]. Oh, l'unico punto auto-originato!

II. *La via*

Spiegherò perfettamente, secondo verità, in cosa consiste la vera natura della coscienza.

La coscienza illuminata non ha cause e condizioni, non è artefatta e soggetta a correzioni, non ha nome, non nasce né muore.

Il corpo della coscienza non è rappresentabile.
La sua voce non ha esistenza separata.
Il suo spirito è privo di immagini.
Le sue qualità sono inesauribili.

Le sue attività si realizzano in modo spontaneo.

La coscienza che realizza con naturalezza è libera dallo sforzo. Ciò che è compiuto con sforzo non è lo stato illuminato.

C'è la via delle parole e quella del senso. Tramite la via delle parole si raggiunge quella del senso: questa non è una via da seguire; senza percorso, svincolata dallo sforzo, è completata in modo naturale. Oh, l'unico punto libero dallo sforzo!

III. *La meta*

La vera natura della coscienza è sin dall'origine l'illuminato primordiale.

Il sentire originario è incausato, dunque non è il sentire generato da cause.

L'unico sentire risplendente di luce propria è lo spirito di Bontà Universale. Esso è presente sia negli esseri illuminati sia in quelli ordinari.

Oltre alla distinzione tra pensieri antecedenti e susseguenti, non c'è differenza reale tra passato, presente e futuro: i tre tempi sono uno.

La coscienza illuminata è incausata; non è un effetto generato da cause. Essa è presente come lo spazio celeste libero dallo sforzo.

La vera natura della coscienza è un prezioso

gioiello. Ricercandola altrove [che in sé stessi] non la si trova: essa va ricercata nella coscienza tramite la coscienza. Ricercandola [in questo modo] nulla verrà trovato. Quindi, anche se non viene ricercata, non va perduta.

La coscienza illuminata è il frutto senza causa. Quando si comprende davvero che è come lo spazio celeste svincolato dallo sforzo, si consegue la stabilità della sua realizzazione finale. Questa è l'essenza di tutte le mete.

Il primo illuminato è incausato, non è un illuminato che sorge da cause. Sin dal principio è l'illuminato primordiale. I [suoi] tre corpi sono autooriginati, realizzati spontaneamente[28]. Oh, l'unico punto spontaneo!

IV. *La visione*

Sia la trasmigrazione che la liberazione, i mondi e gli esseri viventi, sono completamente presenti nella coscienza illuminata. Perciò essa è la grande completezza.

Vedere il senso profondo della grande completezza [è]: non c'è qualcosa su cui avere un punto di vista dicendo "è questo".

Osservando non si vedrà nulla. Infatti proprio il

non vedere è la somma visione.

Il modo di vedere di Bontà Universale non consiste nel dire "è questo": qualunque cosa appaia, ovunque si manifesti, non c'è nulla da affermare o negare.

La coscienza illuminata è pura sin dal principio e incondizionata. Essa non è toccata dalle conclusioni delle quattro alternative[29], ossia da visioni limitate, settarie, faziose.

Ci sono le concezioni della permanenza, del vuoto nichilista, della dualità di percepito e chi percepisce, nonché della cessazione tramite l'interruzione dell'esperienza.

La comprensione del senso della via di mezzo svincolata dai dogmi è lo stato di coscienza che dissolve le quattro conclusioni.

La grande libertà dai dogmi è il sommo modo di vedere, il re delle visioni, perché non è un modo comune di esporre l'insegnamento. Oh, l'unico punto libero dai dogmi!

V. *La meditazione*

Meditare sul senso profondo della grande completezza [è]: non c'è nulla da meditare dicendo "è questo".

Esso non diventerà chiaro meditando. Allora, anche se non si medita, non c'è qualcosa che debba risplendere o possa essere oscurato.

Il modo d'essere di Bontà Universale è il conseguimento del proprio stato originario inalterato, la propria condizione genuina, priva di correzioni.

Non c'è nulla da meditare né si è distratti. Lo stato di coscienza in cui non c'è niente da meditare è legato al piolo della non-distrazione.

La consapevolezza di sé, chiara e vuota, non è qualcosa da cui ci si possa allontanare e a cui ci si debba riunire. Essa esiste ugualmente [in tutti gli esseri,] senza la dualità di trasmigrazione e liberazione.

La presenza dello stato originario è incessante. La somma meditazione è quella senza nulla da meditare. Oh, l'unico punto senza meditazione!

VI. *La condotta*

Agire secondo il senso profondo della grande completezza [è]: non c'è alcuna azione da compiere dicendo "è questo".

La condotta è vivere nel grande stato senza nascita svincolato dai giudizi, senza separare visione e meditazione.

Non è vera condotta quella che corregge.

Quando si uniscono modo di vedere e azione senza correggere, bloccare o perseguire, la condotta del gioco è l'ornamento della grande completezza.

Qualunque cosa si faccia c'è completa purezza. [La propria condotta] come un loto non è ricoperta da difetti.

Non rifiutare né prendere è la somma condotta. Oh, l'unico punto della somma condotta!

VII. *L'esempio*

L'esempio indicatore della coscienza illuminata è lo spazio celeste incondizionato.

Dal cielo vuoto emergono varie cose, arcobaleni, nuvole, fluidi, vapori.

Qualsiasi cosa si manifesti, ovunque appaia, esiste e si dissolve nello spazio celeste.

Senza centro e periferia, incolore, informe e illimitato, il senso reale non può essere indicato. Oh, l'unico punto libero da indicazioni!

VIII. *La prova*

La prova logica della coscienza illuminata non può essere compresa da un intelletto piccino.

[La coscienza illuminata] va conosciuta attraverso tre prove: esistenza, essenza e sé.

L'esistenza è la chiarezza totale della coscienza.

L'essenza è il vuoto totale della coscienza.

Il sé è la non dualità di chiarezza e vuoto.

Tramite la prova del grande sé si comprende che tutto è la coscienza illuminata.

Dalla vera natura della coscienza, vuota e priva di radice, appaiono la mente e i suoi fattori, ma qualunque cosa si manifesti esiste nella vera natura della coscienza e lì si dissolve.

La vera natura della coscienza è svincolata dai limiti di soggetto e oggetto. Essa è come il sole che sorge nello spazio celeste: vuoto e chiarezza uniti senza separazione. Oh, l'unico punto indivisibile!

IX. *Il significato*

Il significato supremo è la realtà autentica senza nascita. Dalla sorgente senza nascita della realtà scaturiscono e appaiono ovunque tutti i soggetti e gli oggetti, lì esistono e svaniscono.

La vera natura della realtà è senza nascita e cessazione. La vera natura della realtà è senza confini e limiti. La vera natura della realtà è indicibile. Oh, l'unico punto ineffabile!

X. *La sorgente*

Ecco le caratteristiche della sorgente e del sentire. La sorgente è la causa pura[30]. Infatti la condizione originaria della realtà è senza nascita.

XI. *Il sentire*

Il sentire risplende proprio come l'effetto, l'incessante sentire della chiara luce.

XII. *L'unico punto*

L'assenza di nascita e cessazione è l'unico punto: il corpo cosmico[31] che non è rappresentabile.

Da questa condizione indescrivibile appare il sentire: il sentire della vacuità è senza confini e

limiti; il sentire come uno specchio non va chiarito né viene oscurato; il sentire dell'uguaglianza è senza superiore e inferiore; il sentire che conosce distintamente è chiarezza priva di confusione; il sentire che compie l'azione è realizzazione spontanea.

Il [corpo] dotato del quintuplice sentire è quello della completa fruizione. Esso possiede i segni distintivi maggiori e minori [degli illuminati]. I suoi attendenti e le pure dimensioni appaiono spontaneamente.

Dal corpo della completa [fruizione] sorge la compassione che si manifesta come emanazioni nei luoghi e modi appropriati. Essa compie il bene degli esseri tramite vari corpi di emanazione.

I tre corpi sono completi per natura.

Nella grande completezza naturale dei tre corpi non c'è nessun'altra illuminazione da realizzare.

Nella grande completezza naturale della dimensione divina non c'è nulla da creare né colui che crea.

Nella grande completezza naturale della realtà autentica non c'è nulla da completare né colui che porta a compimento.

Nel grande impegno mantenuto sin dal principio non c'è nessun impegno da mantenere né colui che lo mantiene.

Nella coscienza completamente iniziata sin dal principio non c'è nessuna iniziazione da ottenere

né colui che la ottiene.

Nel grande oceano delle realizzazioni non c'è nessuna realizzazione da acquisire né colui che l'acquisisce.

Nella grande completezza naturale della chiara luce non c'è alcuna gradualità di livelli.

Nella grande completezza naturale svincolata dallo sforzo non c'è alcuna progressione di sentieri.

Nella grande completezza naturale della spontaneità non c'è alcuna differenza di mete.

Nella grande completezza naturale di tutta [la realtà] non c'è alcuna sequenza di veicoli.

Non è assenza, ma il principio essenziale.

Dimorare in questo stato naturale è risplendere come il gioiello che esaudisce i desideri. Quest'unico splendore naturale che non decresce è l'unico punto senza limiti, il corpo cosmico.

Capire davvero che ogni cosa è il corpo cosmico equivale a giungere su un'isola d'oro e preziosi.

Se non c'è faziosità è visione.

Se si comprende l'uguaglianza è meditazione.

Se non c'è accettazione e rifiuto è condotta.

Se non c'è speranza e timore è meta.

Se non c'è soggetto e oggetto è vera comprensione.

Il maestro che comprende la vera natura della coscienza è come il piccolo di un'aquila e di un leone: avendo lacerato i tre sigilli perfeziona le tre abilità[32].

La comprensione realizzata è lo stato dell'illuminazione. Essa è una realizzazione spontanea senza nulla da realizzare.

Il proprio stato naturale è conseguito senza sforzo.

Le emozioni sono purificate senza alcuna purificazione.

Il sentire si espande senza alcuna espansione.

La finalità è raggiunta senza alcun raggiungimento.

Tutto risplende senza oscuramenti e coperture.

La liberazione è conseguita senza alcun conseguimento. Oh, l'unico punto della liberazione!

Il consiglio essenziale

Terminata la trasmissione dei dodici insegnamenti, il maestro mostrò le carte enigmatiche e, incredibilmente, tutti i presenti furono in grado di leggerne il contenuto. Puoi immaginare la loro meraviglia!

A questo punto egli invitò coloro che avessero avuto ancora dubbi sul significato profondo dell'insegnamento a entrare uno per volta nella Grotta Radiosa, quindi s'incamminò per scomparire nel sacro antro.

Fu in quel luogo completamente oscuro che Yungdrung Öser trasmise il consiglio finale di Sangye Kunsang[33]:

Il sentire della consapevolezza di sé
è lo spirito di tutti gli esseri realizzati.
Non scordarti, non distrarti.
Dimora nel centro della coscienza.

Il metodo della centratura

Anche tu, che ancora dubiti, metti in pratica il messaggio sussurrato dei maestri dell'antico lignaggio: «Dimora nel centro della coscienza più segreta»[34].

E se queste parole eterne non ti bastano, segui le istruzioni che ne svelano il senso profondo secondo la tradizione orale[35].

Tutta la realtà – i mondi e gli esseri viventi, la trasmigrazione e la liberazione – è inclusa completamente nella coscienza illuminata.

La vera natura della coscienza è presente ugualmente [in tutti gli esseri]. Essa è il sentire spontaneo[36] risplendente di luce propria.

Le cose e i vari fenomeni sono la consapevolezza che pervade l'esterno e l'interno. Essa è chia-

ra, senza oscuramenti; non ha inizio né fine.

Inalterata e incondizionata, è una vacuità in cui la chiarezza e la consapevolezza non sono impedite [da nulla]: ha la natura dello spazio celeste vuoto e chiaro.

È la beatitudine priva di centro e periferia, la grande gioia illimitata della realtà autentica.

Il sentire del vuoto, in cui consiste la vera natura della coscienza, è spontaneo perché non è prodotto da cause, ed è onnipresente perché non è condizionato da circostanze.

Non è alterato da nessun fattore, perciò è sempre fresco. Siccome esiste sin dal principio, è naturale. Poiché non può essere mostrato, è senza nascita.

Il senso di ciò è la consapevolezza della propria coscienza: non la si può ricercare al di fuori di sé, giacché risplende proprio in sé stessi.

Non ha inizio né fine; è senza unione e separazione. Questo è il grande punto ignorato da tutti.

Ecco il metodo per dimorare nello stato naturale.

Non ricercarlo fuori di te.

Cercalo proprio in te stesso.

Non c'è una meditazione da praticare, tuttavia non ti distrarre dallo stato di limpida consapevolezza.

Con il corpo rilassato e comodo, lascia la coscienza nel suo stato genuino, di per sé limpido. Il

respiro fluisca in modo equilibrato, sottile e lungo.

La coscienza non dev'essere annebbiata né compressa; non dev'essere concentrata né controllata; piuttosto va lasciata rilassare nel suo stato naturale, ordinario e genuino.

Nello stato naturale della coscienza non ti aggrappi a un oggetto, né cerchi un supporto a cui legare la tua attenzione; non hai nulla da realizzare intenzionalmente, né blocchi l'energia che si manifesta; non hai niente da ricercare, né tendi verso qualcosa con pressante sforzo.

Poiché il sentire spontaneo è limpido e privo di immagini mentali, rimani nel tuo stato naturale senza cercare di creare una condizione priva di immagini mentali.

Non generare attaccamento verso le sensazioni e le emozioni ingannevoli. Non bloccare le funzioni sensoriali.

Non badare ai difetti e alle virtù; rimani libero da condanna e giustificazione.

Qualunque immagine appaia nella mente, in relazione alle emozioni ingannevoli, non condannarla e respingerla, ma non assecondarla neppure: senza attaccamento, lascia che essa si dissolva spontaneamente da sé stessa.

Sappi che l'essenza, la vera natura della realtà, risplende di luce propria.

I metodi alternativi

Quando non riesci a rimanere nello stato di nuda consapevolezza secondo le indicazioni precedenti, contempla lo spazio celeste.

Se questo consiglio non è sufficiente, trattieni il respiro con dolcezza, sempre senza muovere gli occhi: essi sono fermi e aperti, diretti verso il cielo privo di nubi.

Nel contempo lascia la coscienza nella condizione del cielo: senza giudicare gli oggetti, né esaminare la consapevolezza; senza riesumare il passato, né anticipare il futuro, o giudicare il presente[37].

Può accadere che tu non riesca ancora a mantenere la consapevolezza nel momento presente, libera dal condizionamento dei giudizi.

In questo caso tieni la schiena diritta e focalizza l'attenzione sulla cima del *khaṭvāṅga*, punto centrale del tridente, piolo esterno della non distrazione[38].

Quando volgi l'attenzione al *khaṭvāṅga* interno, chiudi gli occhi e béndati, oppure ritìrati in un ambiente completamente buio[39].

Poi, se tutto questo non basta, contempla la forma della divinità secondo il metodo istantaneo.

Ricorda che l'immagine della divinità è la rappresentazione del tuo corpo spirituale e il *mantra* è il riconoscimento della tua natura originaria.

Infatti tu hai il potere di creare e dissolvere i tre

mondi in un attimo, completamente, perché in te è presente, sin dal principio, la triade perfetta[40].

Perciò visualìzzati all'istante come la divinità al centro del grande cerchio sacro, rappresentazione del paradiso superiore[41].

Poi recita il *mantra* e controlla il respiro.

Oṁ è la chiara consapevolezza di sé.

Hrīḥ è il pudore della passione senza attaccamento.

Ha hā è la grande gioia dell'incontro di io e altro.

Huṁ Hūṁ è la vacuità del soggetto e dell'oggetto.

Phaṭ è la liberazione dall'illusione della dualità.

Ora chiediti: chi è che recita il *mantra*?

Ricorda che la vera natura della coscienza è indicata dalla parola *AHAṀ*.

A indica la sorgente senza inizio.

HA è la sillaba del sentire senza fine.

Il punto della nasalizzazione (*Ṁ*) rappresenta l'inseparabilità della sorgente e del sentire.

In questa parola sta il vero segreto del *mantra*[42].

Essa è la cifra della compassione e della vacuità, la cui unione brucia e dissolve l'illusione della dualità, rivelando l'io come il sé della divinità.

Perciò eleva il fuoco della donna feroce[43] attraverso le porte superiori, fino alla ruota della grande gioia[44]. Dopo conduci l'energia splendente alla

ruota del cuore e da lì espandila nel corpo.

Accompagna la visualizzazione con i gesti sacri e muovi, come in una danza, la macchina[45] del corpo adamantino, fino a sciogliere i blocchi dei canali sottili.

Alla fine dissolvi qualsiasi visualizzazione nello spazio della tua coscienza inalterata; rimani in silenzio, rilassa il corpo come un cadavere e vola al di là, nello spazio senza confini.

Dopo allenati a integrare contemplazione e azione: ogni esperienza della vita quotidiana sia da te vissuta alla luce dell'insegnamento.

Sebbene tu abbia ricevuto l'iniziazione formale del Tantra Cakrasaṁvara, continui a pensare che i voti della rinuncia monastica ti impediscano di sperimentare il sigillo dell'azione[46].

Ciò è vero finché non sai integrare la tre vie nell'unico punto senza limiti.

Verrà anche per te il momento di unire metodo e conoscenza[47] tramite le porte inferiori del tuo corpo e di quello altrui.

Tuttavia non seguirai il sentiero mondano di coloro che considerano la donna un'entità oscura o un essere inferiore e la sfruttano come un animale.

Invece, mantenendo la pura visione della coscienza illuminata, riconoscerai nei corpi umani maschili e femminili le sacre dimore delle manifestazioni di un'unica essenza divina: *AHAṀ*.

Questi insegnamenti sui metodi alternativi puoi applicarli con libertà, in base alle tue condizioni psicofisiche e alle circostanze.

Alterna i vari metodi come preferisci, senza valutarti in modo negativo né vantarti con presunzione.

Qualunque via tu segua, sii nel momento presente, libero da qualsiasi tensione dovuta a timori e aspettative.

Non praticare la meditazione per ottenere ciò che pensi di non possedere, per diventare ciò che credi di non essere.

Le tue meditazioni siano l'espressione spontanea del tuo essere adamantino, così com'è nel momento presente, al di là del giudizio.

Quindi punta all'essenziale e sii semplice!

Inoltre, alla fine di ogni pratica, lascia che le immagini e i pensieri si dissolvano come le onde del lago.

Permetti alla tua coscienza di dimorare nello stato inalterato, vuoto e limpido come il cielo.

Prima che appaia qualcos'altro nella mente, proprio nell'intervallo tra due esperienze, risplende il centro invisibile della coscienza, specchio della realtà.

Se consideri lo specchio un oggetto separato, sicuramente percepisci anche l'immagine riflessa come una cosa diversa.

Il senso dell'io, in quanto entità a sé stante, scaturisce da questa percezione ingannevole della propria immagine nello specchio della coscienza.

Fin quando cerchi di analizzarti, correggerti, trasformarti, riconoscerti, liberarti, elevarti e così via, è come se stessi guardando la tua immagine nello specchio dell'unica coscienza.

Lo specchio riflette qualsiasi cosa, senza sforzo alcuno. Credi forse che cerchi di respingere o attirare, correggere o trasformare, migliorare o liberare, affermare o negare?

Dunque non guardarti più allo specchio, piuttosto sii lo specchio, libero da qualsiasi giudizio: *AHAṀ*.

Lo sviluppo dell'esperienza

Ora ascolta i consigli tramandati dalla tradizione orale riguardo ai segni dell'esperienza.

L'esperienza fondamentale è che l'impurità si dissolve e l'aspetto puro risplende luminoso: il manto della mente cade e la consapevolezza sorge nuda.

Infatti, quando il cumulo di nuvole dei pensieri svanisce, il sentire della consapevolezza non è più coperto e oscurato dalle immagini mentali.

A questo punto sorgono molteplici esperienze di suoni, luci e raggi[48]. Le indicazioni dell'antica tradizione bönpo sono analoghe a quelle dei Tantra buddhisti che tu conosci[49].

Il segno che indica il controllo dell'energia degli elementi è la visione simile a fumo per la terra, la visione simile a lampi o lucciole fiammeggianti per il fuoco, la visione simile al miraggio per l'aria, la visione simile alla luna che sorge per l'acqua, la visione simile al cielo privo di nubi per lo spazio.

Inoltre si può avere la visione di un'imprecisabile varietà di figure di arcobaleni, nonché alberi, fiori ed esseri ordinari, come anche sfere e dimore di luce, esseri realizzati, paradisi e *maṇḍala*.

Quando questo accade, di notte il buio non oscura, perché la chiara luce della coscienza sorpassa col suo splendore qualunque luce ordinaria.

Non c'è più differenza fra il giorno e la notte.

Si vedono le cose lontane come quelle vicine.

Si conoscono i pensieri degli altri e si sviluppano molte capacità nascoste.

In breve, tutta la realtà della trasmigrazione e della liberazione si manifesta come la chiara luce della coscienza.

Comunque, anche se sorgono queste esperienze, occorre evitare le deviazioni della credenza nella loro concretezza e nella propria superiorità.

Riconosci tutto ciò che sperimenti come ener-

gia[50] della coscienza e, sino a quando non sarai giunto allo stadio finale, diventa sempre più esperto e familiare con la vera natura della realtà[51].

Il sogno del demone

Shense Jaö non mi diede altre istruzioni, finché non lo interpellai per chiedergli spiegazione di un sogno molto particolare.

Sognai di fluttuare nel cielo. Riconobbi il monte Tise e i laghi. Poi volai via, verso altri luoghi sacri del Tibet.

A un certo punto scorsi colonne di fumo che risalivano dalla terra e, proprio davanti a me, apparve un enorme essere mostruoso, di colore grigio, in parte umano e in parte drago.

Notai che inspirava il fumo nauseabondo emesso dagli esseri umani e lo espirava verso di loro.

Guardai sulla terra e, con grande dolore, vidi molti spaventosi tornadi abbattersi contro le persone, gli animali, gli alberi e le costruzioni umane, distruggendo tutto ciò che incontravano.

Poi, quando il fumo oscurò completamente la mia vista della terra, apparve nel cielo una cifra luminosa di quattro numeri: 2001.

Essa si incurvò e incominciò a roteare in senso

orario, come se fosse stata scritta su una striscia di carta unita agli estremi.

Il risultato fu che vidi scorre un'altra cifra: 0120.

Nel contempo sentii grida strazianti che si levavano da ogni parte, insieme a turpi parole.

Allora recitai alcune volte il *mantra* della mia divinità e la visione si schiarì. Ma, ahimé, ciò che vidi fu spaventoso!

Gli elementi sembravano impazziti: la terra si scuoteva, l'acqua la sommergeva, il fuoco divampava e il vento turbinava.

Eppure gli umani, anziché soccorrersi a vicenda con compassione, cercavano soltanto di sopravvivere a scapito gli uni degli altri, fino a uccidersi tra fratelli e sorelle, genitori e figli; poi il mostro divorava quelli che morivano.

Il mio dolore fu tale che volli risvegliarmi e l'incubo finì. Praticai la meditazione di Cakrasaṁvara, poi mi riaddormentai e immediatamente feci un altro sogno significativo.

La visione di Saraha

Mi trovavo sulla riva del lago Mapham, intento a preparare le oblazioni per Tārā. Quando terminai la preparazione vidi un uomo uscire dal lago e

avanzare verso di me.

Sembrava un indiano. Le sue braccia erano incrociate sul petto. Con la mano destra impugnava un tridente, con la sinistra reggeva una calotta.

Indossava soltanto un perizoma con frange multicolori e una collana a cui era appeso uno specchio metallico rotondo.

Si sedette incrociando le gambe nella postura del loto, proprio davanti a me. Mi sorrise guardandomi con occhi luminosi, cantò il *mantra* con una bellissima melodia, quindi disse queste parole:

«Io sono conosciuto come Saraha e Padmavajra, ma il mio cuore di luce è il tuo sé senza nome.

«Il nome Cakrasaṁvara è un termine convenzionale, il suo vero significato è la coscienza illuminata: *Oṁ*.

«Essa appartiene a tutti gli esseri e nel cuore di ciascuno si rivela come il sommo Tantra dell'anima: *Hrīḥ*.

«La coppa è la sorgente. Il tridente è il sentire.

«Quando impugnerai il tridente del metodo, possederai lo scettro dei cinque poteri dell'intrepidezza: *Ha Hā*.

«Quando berrai il sangue dalla coppa della conoscenza, avrai in te il nettare delle cinque saggezze: *Huṁ Hūṁ*.

«Quando unirai metodo e conoscenza nel grande sigillo, comprenderai che la morte non è altro

che un'illusione momentanea: *Phaṭ!*»

Ciò detto Saraha svanì all'istante e io mi risvegliai. Ero stupefatto. I sogni mi sembravano importanti, però non ne avevo compreso del tutto il significato. Così decisi di raccontarli al maestro. Ora ascolta le sue spiegazioni.

La prima visione

I tuoi sogni sono una profezia che ha molti significati: alcuni posso indicarteli, altri dovrai scoprirli da solo.

Le colonne di fumo sono le azioni negative che gli esseri umani compiono con il corpo, le parole e i pensieri: esse oscurano la radianza del sole, simbolo della consapevolezza risplendente di luce propria.

L'essere mostruoso è il demone del dualismo, l'ombra prodotta dalle nubi di fumo che rappresentano le energie delle azioni negative.

Grandi cambiamenti avverranno in Tibet. Una catastrofe mai vista si abbatterà ovunque.

Coloro che dormono dovranno svegliarsi. Coloro che son già svegli voleranno liberi oltre i confini.

Anche tu spiccherai il volo, nel momento in cui

sarai maturo per comprendere la vera natura della visione dualistica, ritornare alla sorgente senza radice e risvegliarti alla consapevolezza dell'unità originaria.

Due è l'apparenza. La sua vera natura è zero[52]: il vuoto. Al di là del vuoto dei fenomeni c'è il vuoto del vuoto. Ma questa non è la fine di tutto.

Lo zero dello zero è la sorgente dell'uno. Cos'è l'uno? La consapevolezza di sé libera dall'illusione della separazione.

È molto importante che i maestri di qualsiasi religione superino i limiti delle loro tradizioni e s'incontrino con mente aperta come l'oceano.

Così impareranno a collaborare in armonia, coniugando metodo e conoscenza, al fine di aiutare chi ancora dorme a risvegliarsi.

È come se un incendio stesse per divampare nella casa degli esseri umani, addormentati e persi dietro ai sogni delle loro emozioni.

Quando la ruota a dodici raggi[53] avrà compiuto il giro, giungerà il momento della maturazione del *karma* e del risveglio dal sonno, così la legge di causa ed effetto opererà secondo le scelte personali.

Tu hai visto scene raccapriccianti, ma ricorda che l'immane tragedia non è inevitabile.

Se l'umanità opporrà resistenza al grande cambiamento, la natura incomincerà a reagire attraverso gli elementi.

Tutti gli esseri sono uniti da un legame di identità essenziale, come le particelle che compongono il tuo corpo fisico.

Eppure la maggior parte degli umani vivono nell'illusione della separazione, divisi tra loro in amici e nemici, buoni e cattivi, dominatori e oppressi.

Senza dubbio quest'era finirà, perché in realtà è già finita, però il modo in cui avverrà il passaggio può cambiare a seconda delle scelte individuali.

La seconda visione

Tu hai scelto di identificarti con la divinità, la tua vera natura pura e risplendente, per questo essa si è rivelata a te come il primo maestro del sacro lignaggio[54].

La sua mano destra impugna il tridente, simbolo del metodo maschile. La mano sinistra sorregge la calotta, simbolo della conoscenza femminile.

Le braccia sono incrociate sul petto, perché nell'unità del proprio cuore indiviso i due sono inseparabili. Ecco il segno della vita eterna, senza nascita e incessante: zero-zero.

Il nome della divinità "Cakrasaṁvara"[55] indica

l'unione suprema di metodo e conoscenza nella ruota immota del grande sigillo.

Questa unione può essere realizzata solo da chi sa vivere libero dai limiti della mente separativa.

Gli esseri umani si aggrappano a differenti denominazioni e rappresentazioni ma, al di là dei molteplici termini e delle varie immagini, non c'è che un unico punto: la coscienza illuminata.

La sua luce risplende con equanimità in ogni forma di vita, sia animata che inanimata.

Inoltre tutti gli esseri possiedono il supremo testo delle sue rivelazioni: l'anima[56] che dimora nel nostro petto. Perciò che senso ha discriminare?

In questo luogo sacro sei passato accanto a pellegrini seguaci di tradizioni differenti. Credi ancora che la tua religione sia superiore alla loro?

Quando varcherai le frontiere del Tibet, avrai modo di conoscere maestri di altre religioni. Non farti condizionare dai pregiudizi; non lasciarti confondere dalle apparenze.

Permetti al tuo intelletto di aprirsi come l'oceano, così il tuo cuore diventerà una limpida coppa vuota, pronta a ricevere il nettare di tanti fiori splendenti, sbocciati con gioia sui campi senza limiti dell'unica coscienza illuminata.

Madre, figlio ed energia

Ora rifletti sui simboli che il maestro ti ha mostrato: la calotta è la madre, il tridente è il figlio e le braccia incrociate indicano la loro inseparabilità.

Questa è la triplice natura della base originaria di tutta la realtà; ascoltane la spiegazione secondo la tradizione orale[57].

La vera madre di tutta la vita è l'essenza della propria coscienza: senza nascita, vuota e pura come lo spazio del cielo.

Il figlio della madre suprema è il sentire originario, ovvero la consapevolezza di sé: priva di oscuramenti e autorisplendente come il cuore del sole.

La madre suprema e il figlio primordiale sono inseparabili: non dualità di vuoto e chiarezza, come il sole che sorge nel cielo.

Questa è la vera natura essenziale della base.

Quando il sole sorge spontaneamente nel cielo, la loro inseparabilità si manifesta come energia.

Quindi dall'energia della base scaturiscono suoni, luci e raggi come una propria magica espressione.

Comprendendo qual è la vera natura dei suoni, delle luci e dei raggi, sorgono tutte le qualità della liberazione.

Non comprendendo la loro vera natura, in sé sorgono tutti i difetti della trasmigrazione.

Poiché le espressioni dell'energia sono libere, senza ostacoli, esse diventano la base della manifestazione di tutti i difetti e di tutte le qualità: per questa ragione si parla di "base".

Il significato dei simboli

Ora comprendi che impugnare il tridente vuol dire risvegliarsi alla consapevolezza di sé, paragonabile alla generazione del figlio primordiale.

Le cinque parti del tridente sono il punto centrale, l'asta dell'impugnatura e i tre rebbi.

Esse simboleggiano i cinque poteri dell'intrepidezza: il grande amore, il grande sapere, la grande pace, la grande apertura e la grande generosità.

È grazie a questo scettro di potere che il sommo sovrano, ossia la tua coscienza illuminata, può conquistare i tre mondi avendo vinto il demone del dualismo.

I tre mondi li conosci come il regno del desiderio, della forma e senza forma, ma ricorda che essi sono presenti anche in te. Siine consapevole e trascendili, ascendendo fino alla cima del monte Svastika.

La grande generosità, la grande apertura e la grande pace conquistano rispettivamente i mondi

del desiderio, della forma e senza forma.

La cima del monte è il grande amore; la via di mezzo che conduce direttamente ad essa è il grande sapere, simile a uno specchio.

Comprendi che il demone della tua visione personifica gli ostacoli al pieno risveglio spirituale.

Tutti i demoni, variamente classificati, non sono altro che aspetti dell'illusoria visione dualistica, simile a un'immagine riflessa scambiata per cosa reale.

Il demone del dualismo è la tua ombra, espressione dei tuoi lati oscuri, perciò continuerà a manifestarsi finché il vero sovrano non sarà salito sul trono del cielo, in cima al monte Svastika.

Allora impugna il tridente dei cinque poteri e consegui la vittoria sul demone del dualismo; poi bevi il nettare del suo sangue e realizza le cinque saggezze.

La calotta cranica è la coppa della trasmutazione. Essa indica la ruota della grande gioia e simboleggia la sorgente della realtà.

La coppa dev'essere vuota, prima di tutto, affinché possa riempirsi.

Sin quando la mente non si svuota di tutte le immagini e tracce delle azioni, la sorgente appare come un cielo oscurato da nubi e fumo.

Nel momento in cui la forma dell'oscurità svanisce, la sua sostanza diventa come sangue che riem-

pie la coppa, dove viene trasmutata in ambrosia.

Il sangue simboleggia l'energia delle esperienze dualistiche, basate sul condizionamento delle emozioni.

Trasmutare il sangue nel nettare della saggezza significa comprendere il significato profondo delle esperienze dualistiche.

Bere quest'ambrosia equivale ad assimilare in sé la saggezza, per poterla scrivere nel sacro libro della propria anima.

E da questo cuore immortale, passando attraverso la via del canale centrale, la saggezza finalmente riemerge come sentire spontaneo.

Allora essa risplende per il beneficio di tutti gli esseri, similmente alla luce radiosa del sole nel limpido cielo che tutto abbraccia.

Questo è il momento in cui si realizza l'unione di metodo e conoscenza, inseparabili sin dal principio nella nuda consapevolezza del grande sigillo.

Questo è l'attimo eterno in cui si scopre davvero che la morte non esiste, se non per la mente condizionata dall'illusione del tempo che trascorre.

L'illuminato Dīpaṅkara

Tu vedi che, tramite l'unione delle energie ma-

schili e femminili, la manifestazione della vita risulta per natura incessante.

In modo analogo c'è una fusione di materia e spirito che rivela la natura immortale del grande sé.

La credenza che l'essere umano sia destinato a sperimentare la morte è ingannevole e scaturisce dall'illusione del dualismo.

Per questo molti Tantra insegnano che la liberazione finale può avvenire senza abbandonare l'involucro fisico alla terra, bensì trasmutandolo in un "corpo adamantino"[58], anche detto *svastika.*

Gli antichi re dello Shang-shung, discendenti della gloriosa stirpe Mu, per diverse generazioni lasciarono questo mondo senza morire.

Essi avevano realizzato il grande trasferimento nel "corpo di arcobaleno"[59], ovvero l'ascensione al cielo lungo il canale centrale, la "corda di Mu", secondo l'insegnamento dell'immortale Shenrab Miwoce.

Ascolta bene! Ciò che hai imparato riguardo a questo antichissimo maestro è molto lontano dalla verità.

Alcuni hanno convinzioni buone ma distorte, in gran parte frutto della dimenticanza o della confusione tra diversi maestri leggendari.

Altri hanno opinioni che scaturiscono soltanto da pregiudizi e chiusura mentale.

Sappi che il nome tibetano "Shenrab" è la tra-

duzione di “Ram”, termine originario dell’antica lingua di Mu[60].

Il gigante Ram fu il primo buddha ricordato nei Sūtra della tua religione come Dīpaṅkara[61] e nei Tantra col nome di Amoghasiddhi[62].

I Jaina dell’India lo chiamano Ādinātha, il primo maestro del loro lignaggio; mentre i seguaci dei Veda lo venerano come Indra, Signore dei *deva*. Anche in altre tradizione religiose viene ricordato, sebbene i nomi siano differenti.

Ricerca con mente aperta, quando viaggerai al di là del confini tibetani, così finalmente comprenderai che il vero “Tantra dell’unico punto” è il grande tesoro della saggezza universale, non limitata da nessun genere di barriere[63].

La prima e l’ultima rivelazione

L’ascensione al cielo, senza lasciare i resti del corpo di carne, è la prova della nostra immortalità, come molti maestri antichi e recenti hanno dimostrato.

Tuttavia, al di là di questa realizzazione e di tutti gli altri poteri meravigliosi del risveglio spirituale, cerca di capire che l’unico punto è per natura libero dall’azione e senza tracce.

Nell'unico punto della coscienza illuminata non c'è andare nel *nirvāṇa* né venire nel *saṁsāra*; non c'è materia da cui liberarsi né spirito da liberare.

Le istruzioni finali che sto per trasmetterti sono tratte dall'insegnamento iniziale che l'antico maestro dello Shang-shung Tapihritsa comunicò a Nangsher Löpo.

Devi sapere che Nangsher Löpo, all'epoca del primo incontro col maestro, era molto fiero di sé. Infatti sapeva di possedere vaste conoscenze, nonché molte abilità derivate dal potere della sua pratica magica. Inoltre il re lo aveva elevato al rango più alto dei suoi sacerdoti.

L'orgoglio e la presunzione costituivano l'ostacolo principale che impediva a Nangsher Löpo di conseguire la realizzazione suprema del pieno risveglio.

Per questo il maestro gli apparve come un bambino, impegnato a svolgere le umili mansioni dei servi, eppure dotato di una saggezza che oltrepassava i limiti del potente sacerdote reale.

Ora, ascolta attentamente!

Rimani dove sei, senza discriminare tra superiore e inferiore, prima e dopo, azione e non azione.

Semplicemente rimani così come sei.

Non cercare di ottenere qualcosa da fuori, fissandoti sull'energia della mia consapevolezza.

Non ti sforzare di rientrare in te stesso, fissan-

doti sulla vera natura della tua coscienza.

Rimani sciolto, aperto, e permetti che l'energia di questo insegnamento eterno raggiunga il tuo cuore come vento di saggezza impersonale.

Sappi che in un attimo, proprio ora, puoi dimorare nella vera natura della tua coscienza. Infatti essa è libera dall'azione e senza tracce[64].

Cosa significa "libera dall'azione"?

Ciò che è prodotto da cause e condizioni, non è libero dall'azione della nascita e della cessazione, della valutazione tramite il calcolo e della determinazione attraverso le etichette delle definizioni.

Invece la coscienza completamente risvegliata è libera dall'azione, in quanto non è legata a cause e condizioni, non è soggetta al calcolo, né può essere in alcun modo nominabile.

Cosa significa "senza tracce"?

Nella coscienza risvegliata il pensiero, l'emozione, la sensazione non hanno un luogo da cui sorgere; nel momento presente non hanno un luogo di permanenza, infine non hanno un luogo in cui svanire. Perciò non c'è nulla che lasci traccia alcuna.

Non c'è qualcosa su cui avere un punto di vista.

Non c'è una meditazione da praticare.

Non c'è un'azione da compiere.

Non c'è una meta da realizzare.

Per questo non c'è nessuna traccia di visione,

meditazione, condotta e meta.

Poiché non ci sono né la mente né le cose, non c'è loro traccia.

Non esiste nulla che nasca per poi morire, perciò non c'è traccia di niente che sia nato e scomparso.

Allora, non vedendo alcuna coscienza, non esiste la visione della sua vera natura.

Se non c'è uno stato di coscienza da riconoscere, non esiste neppure una pratica di meditazione.

Poiché non c'è nulla da fare, non c'è alcuna ricerca e sforzo da compiere.

Non c'è una meditazione da praticare, ma neppure la negazione della meditazione è qualcosa da fare.

Non essendoci nascita di niente, non può esserci la cessazione di alcunché.

Non c'è speranza nell'illuminazione, né paura della condizione ordinaria.

Il fondamento insostanziale di tutta la realtà non è stato creato da un grande illuminato, non è stato modificato da un essere oscurato e non è neppure qualcosa che un grande illuminato debba creare. Perciò la coscienza non spera nell'illuminazione.

La coscienza non ha alcun luogo di provenienza.

Nella coscienza non c'è nulla che possa essere chiamato «coscienza».

La coscienza non è indicabile da simboli.
Nella coscienza non ci sono le scritture sacre, né le tradizioni orali delle religioni.
Si conosce un modo di vedere rispetto alla coscienza di cui non si ha visione alcuna?
C'è una meditazione senza la coscienza da riconoscere?
La coscienza ha forse qualcosa da fare?
Come si realizza la meta se la coscienza è insostanziale?
Allora ciò che definiamo visione, meditazione, condotta e meta non sono altro che illusioni.
Non c'è causa dell'illuminazione, quindi non esiste realmente la trasmigrazione di un essere ordinario. Per quale motivo?
Perché nello stato naturale non c'è nulla da realizzare. Quindi non guardare agli esseri ordinari come separati da quelli illuminati.
Guarda in te stesso e lì rimani.
Stabilisciti nel tuo stato naturale.
Quando non si dimora nel proprio stato naturale si trasmigra.
Si parla di *saṁsāra* e *nirvāṇa*: ebbene, la trasmigrazione è dovuta alla mancanza di comprensione; la liberazione sorge dalla comprensione.
Oltre all'unica condizione della comprensione e della sua assenza non c'è nulla.
Perciò coloro che non possiedono la compren-

sione ritengono di doversi sforzare per realizzare la coscienza insostanziale.

Il loro male è non comprendere con certezza lo stato naturale libero dall'azione.

Il loro male è non comprendere che la trasmigrazione non ha causa.

Infatti nella coscienza non c'è alcuna causa e condizione della trasmigrazione. Poiché tale causa non è concreta, non esiste nel corpo.

Tutto ciò che ha nome appartiene alla sfera materiale, quindi non dare nomi alla coscienza.

Non etichettare la teoria e neppure la pratica.

Si etichettano le cose per via del proprio attaccamento; ma dall'attaccamento si è legati, e quando si è legati si svia. È questo sviare che viene chiamato "trasmigrazione".

Tutti i maestri hanno affermato che la coscienza è lo stato dell'illuminazione: essa non ha alcuna realtà e caratteristica definibile.

Nella coscienza non c'è la causa della cosiddetta illuminazione. Non essendoci la speranza dell'illuminazione, viene meno il dubbio.

Poiché la vera natura della coscienza è al di là di tutte le espressioni convenzionali, ha fine la paura di trasmigrare come un essere ordinario.

Quando sei libero da tutte le aspettative e i timori, non hai più nomi coi quali definire la visione della coscienza non vista; di conseguenza non

hai più nomi coi quali creare divisioni e barriere.

Allora, non essendo caduto nella trappola di una conclusione dogmatica, non hai immagine né fissazione alcuna.

Eppure nulla hai abbandonato con lo sforzo; nulla hai interrotto con la strenua ricerca.

Questo modo di vedere è come andare al di là dei lati della strada. Non c'è posto per nessun confine e barriera. Essendo la totale assenza di qualsiasi divisione, non ha luogo alcun calcolo.

Mancando del tutto le immagini di sopra e sotto, confini e barriere, centro e periferia, è come lo spazio celeste.

Infatti il cielo non ha centro e confini, né è etichettabile in alcun modo, perciò non è soggetto al calcolo della mente separativa.

Allora perché si parla di "coscienza"? Non c'è nulla da etichettare come "coscienza".

Se attribuiamo il termine "coscienza" alla vera natura del nostro essere, siamo sviati dal nome.

La cosiddetta "coscienza" è al di là di qualunque termine; è libera dall'azione, al di là dell'intelletto, senza tracce. Essa è al di là di tutte le espressioni verbali e di qualsiasi fare.

Dopo questo insegnamento trascorsi in ritiro alcuni mesi, sia alla luce che al buio completo, finché Shense Jaö non mi avvertì di prepararmi per concludere e lasciare Drirapuk definitivamente tre giorni dopo.

L'ultima notte feci un altro sogno molto importante. Volavo libero sopra la mia terra natia; tutto sembrava tranquillo, tuttavia avevo difficoltà a riconoscere i luoghi, perché erano avvenuti molti cambiamenti.

Poi sentii una voce interiore che m'invitava a voltarmi. Lo feci e, davanti a me, vidi ancora una volta il demone in parte drago e in parte umano.

Allora mi identificai all'istante con la divinità, quindi mi lanciai come un fulmine contro il mostro e ingaggiai la lotta, cercando di trafiggerlo mortalmente col tridente, ma non ci riuscii e mi risvegliai.

Ero turbato. Ripetei la meditazione sulla divinità, poi provai a riaddormentarmi. Non appena ricominciai a sognare udii la voce interiore:

«Se vuoi vincere il demone della dualità non giudicarlo, perché non è altro che l'ombra del tuo giudizio!

«Il grande sé è libero dalla dualità di luce e tenebra: esso include tutto; nulla esiste che non sia l'unico punto.

«Raddrizza il tridente del metodo e rimani centrato, con lo sguardo e la consapevolezza sull'unico punto».

Allora raddrizzai il tridente, mantenendolo fermo davanti a me, diressi lo sguardo sul punto d'incontro dei tre rebbi e lasciai la consapevolezza nel suo stato naturale.

Subito dopo riapparve il demone: si dimenò per un po', poi rallentò e si fermò proprio dietro al tridente, oscurando il cielo come una grande nuvola tuonante, ma la mia consapevolezza rimase ferma.

Infine la forma del demone svanì, mentre la sua energia divenne una palla rossa come il fuoco che discese all'interno della calotta sulla mia mano sinistra. Lì la palla si trasformò in sangue.

Recitai il *mantra*, quindi soffiai sul sangue: esso ribollì trasmutandosi in nettare profumato. Lo bevvi, poi incrociai le braccia sul petto.

A questo punto la coppa e il tridente scomparvero e mi ritrovai in una meravigliosa dimensione di globi luminosi e raggi multicolori, con una musica di bellissime armonie.

Poi un globo blu, nel cielo di fronte a me, divenne una sorta di grande uovo in cui apparve un essere divino.

Il suo corpo, seduto nella postura del loto, assomigliava a quello umano, ma risplendeva di

blu. Le mani erano atteggiate nel gesto della completa illuminazione.

La divinità irradiò ovunque il suo splendore blu, quindi lo riassorbì in sé. Poi mi trasmise questo messaggio:

«Ciò che vedi è la forma vuota del tuo sé, immagine riflessa nello specchio della tua coscienza.

«La tua vera natura è al di là di qualsiasi giudizio. Per me non c'è né male né bene: tutto è così com'è.

«Il *karma* è il sogno della mente separativa. Nel vuoto della coscienza illuminata come può esistere il *karma* di un io illusorio?

«Contempla la liberazione spontanea nello spazio della realtà non duale».

A questo punto l'essere blu assunse il gesto della contemplazione[65] e svanì nell'uovo. Quest'ultimo divenne di nuovo una piccola sfera che penetrò in me, dalla testa al cuore.

Poi anche la mia forma si sciolse nello splendore blu e tutta la visione svanì nel centro del punto indefinibile.

Quando mi risvegliai era come se all'improvviso mi fossi ricordato della mia vera identità originaria.

Finalmente avevo la certezza di essere una sola cosa con la divinità, da tempo senza inizio e per sempre.

Il testamento del maestro

Terminato il ritiro mi recai da Shense Jaö, nella sua grotta, ma l'entrata era chiusa con pietre.

Così me ne stetti lì seduto, fino a quando non udii la chiara voce del maestro che m'invitava a liberare l'accesso per entrare.

Allora tolsi le pietre con cura e mi affacciai all'interno. In quel momento sentii un delicato profumo di fiori uscire dalla grotta.

Entrai e salutai, quindi mi sedetti in silenzio. A un certo punto mi resi conto che i vestiti del maestro stavano lì, a terra, ma lui non c'era!

Sembrava che Shense Jaö fosse svanito proprio mentre era seduto. Vedendo quegli indumenti da nomade così disposti compresi ciò che era accaduto.

Rimasi lì, immobile e silenzioso.

Poi mi venne alla mente un pensiero chiaro e persistente: il maestro mi aveva voluto lasciare i vestiti della libertà che un tempo avevo rifiutato.

Così mi spogliai e iniziai a disfare quel vuoto fagotto finché, con mia grande sorpresa, al loro interno trovai un foglio scritto a mano. Uscii all'aperto e lessi queste parole:

Omaggio al Dio senza nome.

Ciò che si sente o si prova non è la vera realtà. La vera realtà non è sentita, provata o capita: essa è.

Chi sente di essere la divinità non lo è. Essere la divinità non è sapere di essere: così è umiltà, non desiderio; così è realtà, non sogno.

Non anticipare mai, altrimenti determini e non segui le strade al di là della tua consapevolezza.

Non aspettare il grande risveglio. Lascia andare la preoccupazione.

Pensa che questo momento è l'ultimo che vivi. Perché sciuparlo con attese che non si verificheranno mai?

Ogni momento è completo. Vivi ogni momento come l'ultimo. Oh, l'unico punto!

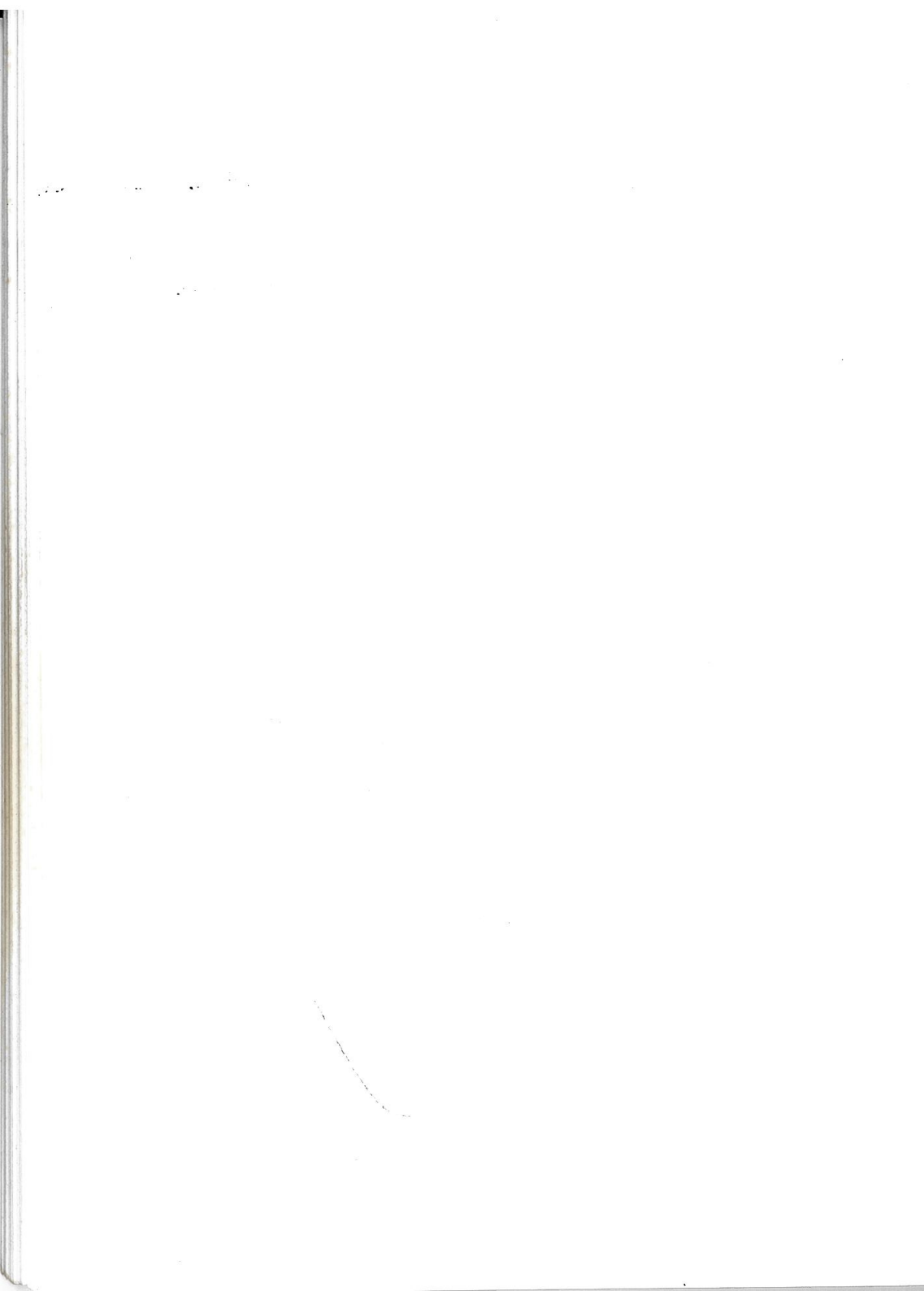
Questo messaggio fu come un lampo a ciel sereno che colpì il mio glorioso albero della cuccagna[66].

Rimasi immobile a contemplare ammutolito il rogo che divampava al centro del deserto della mia mente, finché non rimasero altro che ceneri.

Allora un venticello fresco scosse le bandierine dei *mantra* e accarezzò dolcemente il mio corpo.

Le ceneri volarono via, brillanti come stelle, mentre lo splendore della luna piena baciava la vetta innevata del sacro monte.

Salutai il Dio senza nome, quindi rientrai nella grotta, indossai le preziose vesti del maestro e, da quel momento, divenni un nomade senza confini.

Sarvanīvaraṇaviṣkambhin

NOTE

[1] Si veda Padmasambhava, *La collana delle visioni (col commento del Lama Lodrö Gyatso)*, Il leone verde, Torino, 1998.

[2] Il termine tibetano "Mi bo che" (pronuncia *miuoce*), spesso sostituito dalla forma abbreviata "Mi bo" (pron. *miuo*), significa "gigante", mentre "gShen rab" (pron. *scenrab*) è considerato un sinonimo di *buddha*.

[3] Per quanto concerne questo lignaggio di trasmissione si veda Tenzin Wangyal, *I miracoli della mente naturale*, Astrolabio, Roma, 1997.

[4] Tib. *rdzogs chen* (pron. *zokcen*). Questa espressione significa, letteralmente, "grande completezza" nel senso di "sintesi senza limiti", secondo l'interpretazione di Lodrö Gyatso. Il termine designa anche le dottrine finali e più essenziali sia bönpo che buddhiste della scuola antica (*gninma*).

[5] L'edizione di questa raccolta da me consultata è stata pubblicata in India, per conto del centro monastico bönpo di Dolanji, col titolo *rDzogs pa chen po zhang zhung snyan rgyud kyi gsung pod*.

[6] Scuola fondata da Lama Tsong Khapa (1357-1419).

[7] In Tibet la croce uncinata è un simbolo della vera realtà, definita *g.yung drung* (pron. *yundrun*): imperitura, eterna. Secondo Lodrö Gyatso questo termine tibetano sarebbe l'equivalente del sanscrito *sanātana,* perciò l'espressione *g.yung drung bon*, che designa la religione prebuddhista, equivarrebbe a *sanātana-dharma*, denominazione generale della tradizione hindu.

[8] Tib. sGrol ma (pron. *drölma*); sans. Tārā.

[9] Il tre gioielli sono gli esseri illuminati (*buddha*), i loro insegnamenti (*dharma*) e le comunità di chi li applica e tramanda (*saṅgha*).

[10] Qui si intende la religione buddhista.

[11] Il termine tibetano *gcod* (pron. *ciö*) vuol dire "recidere". In questo contesto indica una disciplina tantrica risalente all'insegnamento della maestra tibetana Macik Lapdrön (sec. XI-XII). Il praticante immagina che il proprio corpo venga completamente tagliato a pezzi e offerto a diversi tipi di esseri. Si veda Ma gcig, *Canti spirituali*, Adelphi, Milano, 1995.

[12] Le palme delle mani sono congiunte al petto con gli indici uniti e le altre dita incrociate.

[13] Tib. *bskyed rim* (pron. *chierim*): questo processo consiste nella creazione della propria realtà trasformando le immagini ordinarie dell'esistenza in quelle delle divinità e del loro paradiso, o *maṇḍala*, tramite visualizzazioni graduali, formule verbali (*mantra*) e gesti sacri (*mudrā*).

[14] Tib. *rdzogs rim* (pron. *zokrim*): consiste principalmente nel portare a compimento il processo precedente dissolvendo la visualizzazione nel vuoto e ricreandola in un istante.

[15] Sans. *mahāmudrā*. Si veda Tilopā, *Il Grande Sigillo*, Promolibri, Torino, 1997; Garma Chang, *Insegnamenti di Yoga Tibetano*, Ubaldini-Astrolabio, Roma, 1981, pp. 23-44.

[16] Questa espressione può indicare sia l'organo sessuale maschile, sia la propria vera natura adamantina (sans. *vajra*).

[17] La forma maschile di Cakrasaṁvara (pron. Ciakrasamvara) è rappresentata unita sessualmente alla dea Vajravarāhī, il cui nome significa "cinghialessa adamantina".

[18] "Consapevolezza" corrisponde al tibetano *rig pa* (sans. *saṁvid*). Il termine "coscienza" traduce *sems* (pron. *sem*), corrispondente al sanscrito *citta*; nei testi *dzogchen* sia buddhisti che bönpo ricorre spesso come un sinonimo di "coscienza illuminata" (sans. *bodhicitta*). Su questi temi si veda Padmasambhava, *Consapevolezza*, Psiche, Torino, 1997.

[19] *rGyud bu chung bcu gnyis,* in *op. cit.*, p. 233 (f. 2a/3-4).

[20] Tib. *gzhi*: questo termine indica il punto di partenza del proprio percorso, ovvero la realtà del soggetto e dell'oggetto.

[21] *Op. cit.*, pp. 233-234 (ff. 2a/5-2b/2).

[22] *Op. cit.*, pp. 234-239 (ff. 2b/2-5a/4).

[23] Tib. Kun tu bzang po (pron. *kuntu sanpo*); sans. Samantabhadra. La sua rappresentazione simbolica è un buddha blu, seduto nella postura del loto, con le mani appoggiate in grembo l'una sull'altra, senza vestiti né ornamenti.

[24] Secondo Lodrö Gyatso i cinque sentieri sono le varie manifestazioni dell'energia degli elementi: terra, acqua, fuoco, aria, etere.

[25] Le sei cause sono le pure essenze luminose (tib. *dvangs ma*) dei cinque elementi e della mente.

[26] Secondo l'interpretazione del Lama i veleni sono le impurità delle emozioni che scaturiscono dalla mente in relazione ai cinque elementi. Le cinque emozioni principali sono la gelosia/invidia, il desiderio/attaccamento, l'avversione/odio, l'orgoglio e l'ottusità o ignoranza.

[27] Le cinque saggezze (sans. *jñāna*) sono definite "sentire originari" (tib. *ye nas shes pa*): 1) il sentire che compie l'azione; 2) il sentire che conosce distintamente; 3) il sentire dell'uguaglianza; 4) il sentire come uno specchio; 5) il sentire del vuoto, sorgente della realtà.

[28] L'espressione tibetana che indica la realizzazione spontanea o naturale è *lhun gyis grub pa* (sans. *anābhoga*).

[29] Le quattro visioni alternative sono: essere, non-essere, sia essere che non-essere, né essere né non-essere.

[30] "Sorgente" traduce il termine tibetano *dbyings* (pron. *yin*), corrispondente al sanscrito *dhātu*.

[31] Tib. *bon sku* (pron. *bönku*), corrisponde al sanscrito *dharmakāya* delle scritture buddhiste. Gli altri due corpi di un essere illuminato sono quello di fruizione (sans. *saṁbhogakāya*) e quello di emanazione (sans. *nirmāṇakāya*).

[32] Si ritiene che un aquilotto sia già in grado di volare quando esce dall'uovo, così come un leoncino può saltare appena nato. L'uovo e il ventre materno sono simboli dell'esistenza terrena. I tre sigilli sono i limiti del corpo, della voce e della mente di un essere umano. Le tre abilità o energie sono i poteri del corpo, della voce e dello spirito propri di un essere illuminato.

[33] *Op. cit.*, p. 240 (f. 5b/1-2).

[34] *mJal thebs bar ma,* in *op. cit.*, p. 319 (f. 1/6).

[35] *lTa ba spyi gcod kyi mnyam bzhag sgom pa'i lag len,* in *op. cit.*, pp. 301-302 (ff. 4a/1-4b-2).

[36] Tib. *rang 'byung* (pron. *rangiun*), anche tradotto con "auto-originato". L'espressione sanscrita corrispondente è *svayambhū.*

[37] *Byang chub sems kyi gnad drug ces bya ba'i lag len,* in *op. cit.*, p. 502 (f. 4b/1-3).

[38] Secondo Lodrö Gyatso il *khaṭvāṅga* esterno è un corto bastone la cui cima tondeggiante simboleggia un teschio e corrisponde al punto da cui si dipartono i rebbi del tridente.

[39] Questa istruzione riguarda il cosiddetto "ritiro al buio" (tib. *mun mtshams*).

[40] Questa espressione fa riferimento ai "tre corpi" dei buddha.

[41] Sans. Akaniṣṭha. Questo paradiso è la più alta dimensione celeste del regno della forma.

[42] Il *mantra* iniziale del processo creativo recita così: *Oṁ śūnyatā jñāna vajra svabhāvâtmako 'haṁ.* Questa è la traduzione letterale: "Sì, io sono il sé la cui natura è il sentire adamantino della vacuità!" Il pronome personale *ahaṁ* alla fine del *mantra* sottintende il verbo essere: "io sono".

[43] Tib. *gtum mo* (pron. *tummo*); sans. *caṇḍālī.* Secondo il Lama, la "donna feroce" è l'energia della consapevolezza che fluisce attraverso le porte interne o ruote (sans. *cakra*) del proprio corpo. Il fuoco divampa dalla ruota dell'ombelico.

[44] Sans. *mahāsukha-cakra*: la porta della sommità del capo.

[45] Tib. *'phrul 'khor*; san. *yantra.*

[46] Sans. *karma-mudrā.* Questa espressione indica l'unione sessuale.

[47] Qui metodo (sans. *upāya*) e conoscenza (sans. *prajñā*) corrispondono alle polarità maschile e femminile. Nella letteratura exoterica dei Sūtra "metodo" è la compassione e, in generale, ogni attività altruistica; mentre "conoscenza" è un sinonimo di "vacuità" (sans. *śūnyatā*) in quanto indica la comprensione della sorgente o vera natura della realtà.

[48] Cfr. *op. cit.*, p. 502 (f. 4b/4-5).

[49] Si veda Garma Chang, *op. cit*, pp. 77-78.

[50] Tib. *rtsal* (pron. *tsèl*).

[51] *Byang chub sems kyi gnad drug ces bya ba'i lag len,* cit., pp. 499-500 (ff. 3a/6-3b/4).

[52] "Zero" in tibetano è *thig le*: punto o pallino.

[53] Questa è la ruota dell'esistenza i cui raggi simboleggiano i dodici fattori dell'origine interdipendente (sans. *pratītyasamutpāda*). I dodici raggi indicano anche i segni zodiacali e gli atti di un essere illuminato.

[54] Saraha (sec. VII-VIII) è il primo maestro umano della trasmissione iniziatica del Tantra Cakrasaṁvara. La visione di Lodrö Gyatso rivela Saraha e Padmavajra (alias Padmasambhava) come espressioni distinte di un'unica identità spirituale.

[55] Il significato del termine sanscrito è "vincolo della ruota": secondo Lodrö Gyatso esso indica il legame tra le polarità della vita esemplificato dall'unione sessuale; la ruota è il cerchio sacro dove avviene la consumazione dell'unione.

[56] Il termine originario significa "coscienza di base" (tib. *kun gzhi rnam shes*; sans. *ālaya-vijñāna*).

[57] Cfr. *op. cit.*, pp. 496-497 (ff. 1/4-2a/2).

[58] Tib. *rdo rje'i sku* (pron. *dorgei ku*); sans. *vajrakāya.*

[59] Tib. *'ja' lus* (pron. *gialü*), sinonimo di "corpo adamantino".

[60] Secondo Lodrö Gyatso l'antico nome Ram di Shenrab avrebbe la stessa radice "*rm*" della parola che indica il suo lignaggio. Infatti quest'ultima si scrive in tibetano *rmu*, sebbene si pronunci "mu".

[61] Il nome di questo buddha significa "Colui che fa luce".

[62] Il vittorioso "Realizzazione Infallibile" viene rappresentato nel settore nord del *maṇḍala*, corrispondente all'elemento vento. A volte impugna una spada. I saggi (bodhisattva) Vajrapāṇi e Sarvanīvaraṇa-viṣkambhin sono considerati sue emanazioni: il primo impugna lo scettro adamantino; il secondo afferra la spada della saggezza che elimina tutti gli ostacoli. Un'immagine tradizionale di quest'ultimo è riprodotta alla fine del libro.

[63] Dopo la trasmissione di questo Tantra, Lodrö Gyatso mi disse che Shenrab Miwoce si era manifestato anche in Occidente, proprio in questi ultimi tempi, e che io avrei potuto riceverne gli insegnamenti. Personalmente ho cercato di verificare le indicazioni del Lama in molti modi, fino a quando ho avuto la sua conferma del fatto che Shenrab Miwoce sarebbe quella sconvolgente e illuminante entità ora nota come Ramtha (si vedano sotto questo nome le pubblicazioni di Macro Edizioni).

[64] Cfr. *Bya bral rjes med,* in *op. cit.*, pp. 533-535 (ff. 4a/1-5a/6).

[65] Le mani sono appoggiate l'una sull'altra in grembo.

[66] Letteralmente "l'albero che esaudisce i desideri".

Finito di stampare
nel mese di maggio 1999 presso
La Grafica Nuova, Torino